



MEDIA KIT 2025

hollyfar

MARCAS E COMUNICAÇÃO

a PHOENIX company





A REVISTA DOS PROFISSIONAIS DE NUTRIÇÃO

A VIVER SAUDÁVEL é o **único meio de comunicação exclusivamente dirigido aos Nutricionistas portugueses**, assegurando a cobertura de mais de 90% do total destes profissionais.



Com uma **tiragem de 4.500 exemplares e periodicidade bimestral**, a revista é o espaço de relação privilegiado dos Nutricionistas, contando com a colaboração dos seus principais KOL e acompanhando **todos os temas relativos à profissão e à sua prática**.



A revista está **presente nos principais eventos do setor, assim como nas reuniões dos estudantes de Ciências da Nutrição**. Para isso, contamos com tiragens extra, distribuídas aos participantes destas iniciativas.



VIVER SAUDÁVEL é o **meio ideal para as marcas** comunicarem diretamente com uma classe de profissionais que ganha cada vez maior relevo no ecossistema da saúde dos cidadãos.

85%
Profissionais
de Nutrição



8%
Indústria



3,5%
Serviços
de Nutrição
(Públicos e Privados)

3%
Instituições
e Assinaturas

0,5%

Entidades
Oficiais



ESPAÇOS PUBLICITÁRIOS

FORMATO FECHADO
CAPA A ABRIR



PÁGINA DUPLA NA CAPA



SOBRE CAPA



MEIA BADANA NA CAPA



CONTRA-CAPA



VERSO DE CAPA



PÁGINA DUPLA OU VERSO
DE CAPA + PÁGINA 3



PÁGINA ÍMPAR
PUBLIREPORTAGEM



MEIA PÁGINA ALTO



MEIA PÁGINA BAIXO



MEIA PÁGINA DUPLA





TABELA DE PUBLICIDADE 2025

| ESPAÇO (Page Units) | Preço (Price) | Dimensões (Format) |
|---|---------------|--------------------|
| Página Dupla na Capa (Cover Double Page) | 4.395€ | 414 x 290 mm |
| Sobre Capa (On Cover) | 4.395€ | 204 x 290 mm |
| Meia Badana na Capa (Half Flap on Cover) | 2.750€ | 105 x 290 mm |
| Contra Capa (Back Cover) | 2.325€ | 210 x 290 mm |
| Verso de Capa (Inside Front Cover) | 2.325€ | 210 x 290 mm |
| Verso de Capa + Página 3 (Inside Front cover + 3 Pages) | 3.690€ | 420 x 290 mm |
| Página ímpar (Right Hand Page) | 1.535€ | 210 x 290 mm |
| Página Dupla (Double Page) | 2.430€ | 420 x 290 mm |
| Meia Página ao Baixo (Half Page Across) | 1.060€ | 210 x 142 mm |
| Meia Página ao Alto (Half Page Upright) | 1.060€ | 102 x 290 mm |
| Meia Página Dupla (Double Half Page) | 1.820€ | 420 x 142 mm |
| Publireportagem – 1 Página (Advertorials – 1 Page) | 1.930€ | 210 x 290 mm |
| Caderno de Nutrição | 2.640€ | 148 x 210 mm |

Periodicidade: Bimestral | **Formato:** 210 x 290mm | **Tiragem:** 4.500 exemplares | **Processo de Impressão:** Offset (175 linhas) | **Materiais requeridos:** Ficheiro PDF ou TIFF com 300 DPI de resolução e cores CMYK (acresce às margens do anúncio 3mm de *bleed*, para qualquer formato). Os materiais entregues pelo anunciante, ou quando é o caso, pelo seu mandatário, devem ser publicados na sua íntegra, cobrindo-se o editor de qualquer modificação sem o acordo prévio do cliente | **Data de distribuição:** 1ª quinzena do mês de capa. As datas de distribuição só são comunicadas pelo editor a título indicativo | **Reservas:** A reserva deverá ser confirmada por e-mail e através da respetiva ordem de compra | **Modificações e anulações:** Todas as modificações e anulações devem ser efetuadas pelo cliente ou pelo seu mandatário através de e-mail. O prazo para anulações é de 20 dias antes da publicação da revista | **Entrega dos materiais:** Todos os materiais são da responsabilidade do cliente, devendo ser entregues até o dia 30 do mês anterior a publicação da revista | **Condições de pagamento:** O pagamento da publicidade deve ser efetuado 30 dias após a emissão da fatura. A falta de pagamento nos prazos acordados implica a anulação dos descontos financeiros e de quantidades atribuídos, podendo ainda ser exigida uma taxa supletiva de juros moratórios nos termos da lei | **Situações especiais:** Cores adicionais, badanas, *reprints*, *samplings* e colagens estão sujeitos a estudo técnico e orçamentação prévia.

| ESPAÇO (Page Units) | Preço (Price) |
|---|---------------|
| 1 Folha (1 Sheet) | 1.745€ |
| 2 Folhas – Díptico (2 Sheets) | 2.850€ |
| 4 Folhas – Díptico de 4 Folhas (4 Sheets) | 5.070€ |

A todos os valores acresce o IVA à taxa em vigor.

Informações Técnicas:

Periodicidade: Bimestral

Formato: 210x290 mm

Mancha: 180x225 mm

Tiragem: 4.500 Exemplares

Processo de Impressão: Offset (175 linhas)



RECEITA SAUDÁVEL

Inserido como encarte na **VIVER SAUDÁVEL**, descreve os modos de preparação de receitas, informações sobre os ingredientes, benefícios, e respetivo valor nutricional, servindo de instrumento de guia e aconselhamento para que estes profissionais transmitam/partilhem as receitas com o seu público.

Esta ferramenta é igualmente um espaço único para a promoção das marcas. **O verso de cada RECEITA SAUDÁVEL (Formato monofolha A4) é destinado a um anúncio, preferencialmente de uma marca que corresponda a um ou mais Ingredientes.**

Valor de Tabela:
1.950 Euros (+IVA)



CADERNO DE NUTRIÇÃO

Inserido como encarte (díptico) na **VIVER SAUDÁVEL**, esta ferramenta de **formação Inclui 3 páginas de conteúdo e 1 página de anúncio**, devendo abordar um tema no âmbito das Ciências da Nutrição.

O conteúdo, desenvolvido pelo patrocinador, deve ser unbranded e assinado por um profissional de saúde (Nutricionista, Médico, Farmacêutico, entre outros), sendo sujeito a revisão pelo Conselho Editorial da revista VIVER SAUDÁVEL.

Valor de Tabela:
2.640 Euros (+IVA)



“Arrisco-me a afirmar-me de vermos assumir que um doente pode ter risco nutricional, até que nos provem o contrário. Como exemplo, estima-se que apenas 1/3 dos doentes admitidos a nível hospitalar ingerem a totalidade das refeições fornecidas.”

ONLINE





PORTAL VIVER SAUDÁVEL



111 608

Sessões em 2024



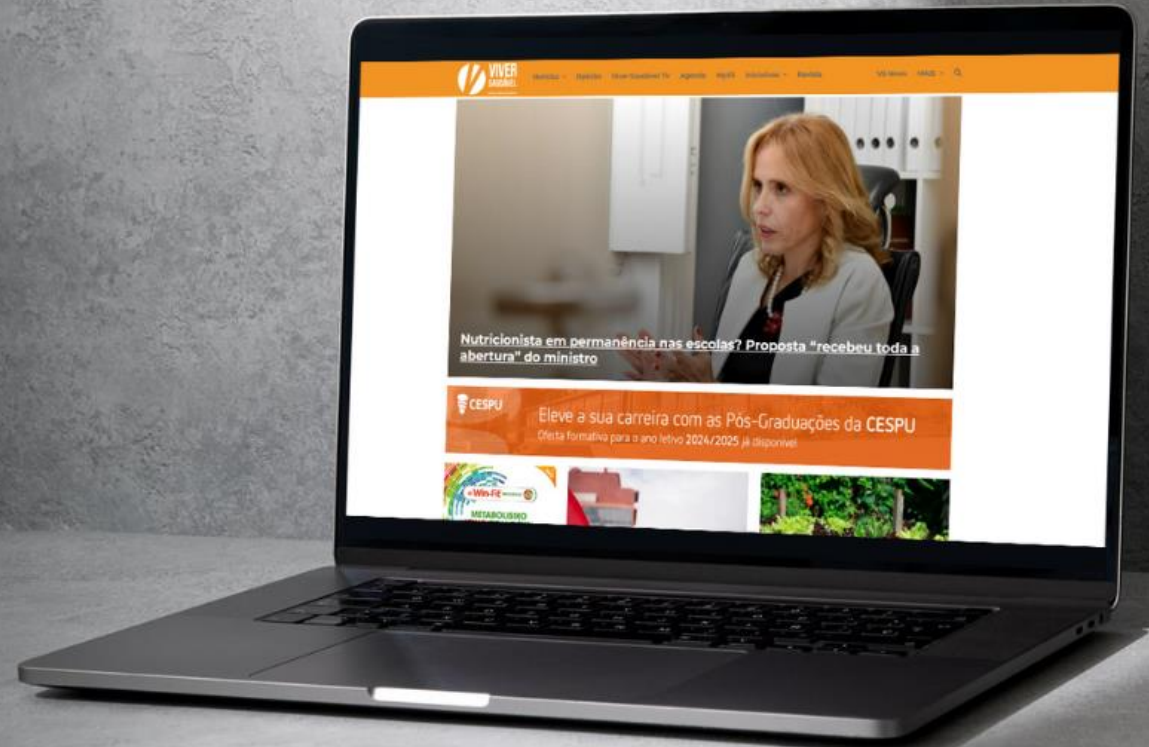
90 705

Visitantes em 2024



156 177

Page Views em 2024





PORTAL VIVER SAUDÁVEL ESPAÇOS PUBLICITÁRIOS

**BANNER FLASH SCREEN
NA HOMEPAGE**



**BANNER SUPERIOR
NA HOMEPAGE**



**BANNER LATERAL SUPERIOR NA HOMEPAGE E TODAS AS
PÁGINAS DE CONTEÚDO DO PORTAL (EXCLUSIVO)**



**BANNER DE TOPO EM TODAS
AS PÁGINAS DO PORTAL**



**BANNER LATERAL
INFERIOR NA HOMEPAGE**



**BANNER INFERIOR
NA HOMEPAGE**



**BANNER FOOTER
NA HOMEPAGE**



**CONTEÚDO PATROCINADO (Publireportagem
com destaque na homepage durante 1 semana)**



**ADD-ON CONTEÚDO PATROCINADO
NA E-NEWSLETTER FARMANEWS**





PORTAL VIVER SAUDÁVEL TABELA 2025

| ESPAÇO (Page Units) | Preço (Price) | Dimensões (Format) |
|---|---------------|--|
| Banner Flash Screen na Homepage | 640€ | 1600 x 1200 pixels |
| Banner Superior na Homepage | 270€ | 1200 x 150 pixels |
| Banner Lateral Superior na Homepage e em todas as páginas de Conteúdo - exclusivo | 795€ | 300 x 600 pixels |
| Banner de Topo em todas as páginas do Portal | 370€ | 300 x 250 pixels |
| Banner Lateral Inferior na Homepage | 320€ | 300 x 600 pixels |
| Banner Inferior na Homepage | 160€ | 1200 x 150 pixels |
| Banner Footer na Homepage | 110€ | 300 x 250 pixels |
| Conteúdo Patrocinado (Publireportagem com destaque na Homepage durante 1 semana) | 740€ | Texto, Imagens, Links, Vídeos, etc. |
| Add-On Conteúdo Patrocinado na E-Newsletter VS News | 320€ | Texto, Imagem e link para o Conteúdo Patrocinado no Portal |


A todos os valores acresce o IVA à taxa em vigor.
Ficheiros gif animado, gif ou jpeg, com menos de 1Mb.



VS NEWS

ESPAÇOS PUBLICITÁRIOS

 Cerca de **1.900 envios semanais**

 **Dimensões:** 1.200x150 pixels

→ **Banner Superior**
270€ 1 mês/4 envios

→ **Banner Intermédio**
220€ 1 mês/4 envios

A todos os valores acresce o IVA à taxa em vigor.
Ficheiros gif animado, gif ou jpeg, com no máximo 50Kb.





E-MAIL MARKETING



Envio de uma vaga de e-mail marketing para a base de nutricionistas – **1.420 envios.**

Valor Tabela: 2.550 Euros (+IVA)





PRÉMIOS VIVER
SAUDÁVEL



PRÉMIOS VIVER SAUDÁVEL

Os PRÉMIOS VIVER SAUDÁVEL são organizados pela Revista VIVER SAUDÁVEL e aconteceram pela primeira vez em 2021.

Trata-se de uma iniciativa anual que visa distinguir a excelência e premiar o que melhor se faz na Nutrição em Portugal e as pessoas que, pelo seu trabalho em prol da melhoria da Saúde dos portugueses, nas mais diversas áreas, elevam as Ciências da Nutrição.

Neste momento, os PRÉMIOS VIVER SAUDÁVEL compreendem 4 categorias:

- Nutricionista do Ano
- Projeto do Ano – Alimentação Coletiva e Restauração
- Projeto do Ano – Nutrição Clínica
- Projeto do Ano – Nutrição Comunitária e Saúde Pública
- Projeto do Ano – Investigação

Consulte-nos para saber mais sobre as **condições de Patrocínio**.

INICIATIVA
ANUAL

ÚLTIMA EDIÇÃO
2024

5
Categorias

hollyfar

MARCAS E COMUNICAÇÃO

a PHOENIX company

Hollyfar – Marcas e Comunicação, Lda.
(a PHOENIX company)

Rua General Firmino Miguel, n.º3 – Piso 7
1600-100 Lisboa

E-mail: comercial@netfarma.pt

Tel: +351218110100

Site: www.netfarma.pt

NIF: 508 935 054

Para mais informações, contacte:

Catarina Roque
Consultora de Comunicação

✉ catarina.roque@netfarma.pt

